

## بررسی عوامل آسیب زای مطالعه در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در

سال ۱۳۹۱

زهرا کاظم‌پور<sup>۱</sup>، دکتر حسن اشرفی ریزی<sup>۲</sup>

نویسنده مسئول: اصفهان، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، مرکز تحقیقات فناوری اطلاعات در امور سلامت hassanashrafi@mng.mui.ac.ir

دریافت: ۹۲/۳/۲۸ پذیرش: ۹۲/۱۱/۵

### چکیده

**زمینه و هدف:** امروزه، مطالعه به عنوان یکی از مولفه‌های مهم در زمینه‌ی توسعه و پیشرفت جوامع محسوب می‌شود، به صورتی که از طریق مطالعه اطلاعات مفیدی نصیب عموم مردم به ویژه دانشجویان می‌شود. بنابراین ضروری است آموزش صحیح اصول مطالعه در همه سطوح تحصیلی به ویژه در دانشگاه مدنظر قرار گیرد. هدف این پژوهش، بررسی عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در سال ۱۳۹۱ می‌باشد.

**روش بررسی:** روش پژوهش توصیفی مقطعی است. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه محقق ساخته می‌باشد. روایی پرسشنامه توسط متخصصان کتابداری و اطلاع‌رسانی مورد تایید قرار گرفت. پایایی ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ مقدار ۸۲/۵۰ درصد (در بین ۴ نفر از دانشجویان) به دست آمد. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان بوده که حجم نمونه ۳۷۴ نفر به دست آمد. روش نمونه‌گیری، تصادفی طبقه‌ای بود. جهت تجزیه و تحلیل یافته‌ها از آمار توصیفی (فراوانی، درصد و میانگین) و آمار استنباطی ( $T$ -test، ANOVA و Tukey) استفاده شد.

**یافته‌ها:** میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان برابر با  $0/4981 \pm 2/39$  بود که کمتر از حد متوسط و نسبتاً مطلوب می‌باشد. بیشترین میانگین به عدم تمرکز در مطالعه با  $1/217 \pm 3/33$  و کمترین میانگین مربوط به راه رفتن حین مطالعه با  $0/467 \pm 1/56$  بود. میانگین بعد فنون و روش‌های مطالعه با  $0/515 \pm 2/41$  بیشتر از بعد شرایط مطالعه با  $0/544 \pm 2/37$  بود. مقایسه‌ی بین جنسیت، محل اقامت و مقطع تحصیلی دانشجویان با عوامل آسیب‌زای مطالعه نشان داد که بین میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه و متغیرهای مذکور تفاوت معناداری وجود دارد، اما عوامل آسیب‌زای مطالعه در دانشکده‌های مختلف یکسان بوده است ( $P < 0/05$ ).

**نتیجه‌گیری:** نتایج نشان داد که میزان عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان کمتر از حد متوسط و نسبتاً مطلوب بود. در مجموع لازم است هم دانشجویان و هم دست‌اندرکاران امر آموزش به عوامل آسیب‌زای مطالعه که می‌تواند یکی از دلایل افت تحصیلی و ناکارآمدی دانشجویان در امر یادگیری باشد، توجه خاص نمایند.

**واژگان کلیدی:** عوامل آسیب‌زا، مطالعه، دانشجویان، بهداشت مطالعه، شیوه‌های مطالعه

### مقدمه

یکی از راه‌های افزایش سواد خواندن و نیل به جامعه‌ی دانایی محور، گسترش مطالعه است (۱) و بدون شک رشد و گسترش کتابخوانی در ارتقای فرهنگی، اجتماعی، علمی و ... جوامع تاثیر مهمی دارد به ویژه آنکه مطالعه تضمین کننده‌ی سلامت روانی و سعادت جامعه خواهد بود (۲). مطالعه‌ی ثمربخش نیازمند رعایت نکاتی خاص و برخورداری از

۱ - دانشجوی دکتری تخصصی کتابداری و اطلاع‌رسانی دانشگاه تهران، مربی دانشگاه پیام نور

۲ - دکترای کتابداری و اطلاع‌رسانی پزشکی، دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، مرکز تحقیقات فناوری اطلاعات در امور سلامت

مهارت‌هایی ویژه و طراحی برنامه است (۳)، که بدون رعایت آن‌ها تبعاتی برای فرد به دنبال خواهد داشت. یکی از این نقایص واضح، نظام آموزشی در دانشگاه‌های کشورمان، آموزش ناکافی مهارت‌های مطالعه و نیز شرایط مطالعه به دانشجویان و به ویژه دانشجویان تازه‌وارد می‌باشد. آموزش مطالعه‌ی صحیح وظیفه‌ی نظام آموزشی و مدرسان است. آن‌ها باید جامعه‌ی آموزشی را از این‌گونه مطالعه آگاه سازند و به حل مشکلات فراگیران کمک کنند (۴)، زیرا تلاش جهت بهبود وضع مطالعه و افزایش مهارت‌های مطالعه و به طور کلی شناساندن عوامل آسیب زای مطالعه از اقدامات مهم آموزشی در دانشگاه‌ها می‌باشد (۵). هر فعالیتی در حوزه‌ی یادگیری مستلزم کسب دانش و مهارتی خاص است. خواندن و مطالعه نیز به دانش و مهارت خاص نیازمند است که فقدان آن مشکلاتی برای فراگیران و به ویژه دانشجویان به وجود می‌آورد (۶). نتایج مطالعه‌ی آمینیان درباره‌ی شیوه‌های مطالعه و یادگیری دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد نشان داد که دانشجویان موفق در دانشگاه در مقایسه با دانشجویان ناموفق شیوه‌های مطالعه را بهتر می‌شناسند. از نتایج این مطالعه همچنین مشخص شد که بسیاری از دانشجویان در زمینه‌ی شیوه‌های مطالعه آموزش‌های لازم را ندیده‌اند (۷). یافته‌های یک مطالعه در مورد میزان و نحوه‌ی مطالعه در بین دانشجویان دختر شهرکرد نشان داد که دانشجویان دختر در زمینه‌ی شیوه‌های مرتبط با مطالعه‌ی اجمالی (مطالعه با هدف دست یافتن به نکات و مطالب مهم کتاب در یک زمان کوتاه و با سرعت زیاد)، عبارت‌خوانی (مطالعه از طریق خواندن عبارات و جملات به جای خواندن کلمات در یک زمان کوتاه)، سریع‌خوانی (مطالعه با هدف آشنایی کلی با مطالب کتاب از طریق مرور کتاب با یک سرعت فوق العاده زیاد)، دقیق‌خوانی (مطالعه با هدف درک مطالب خوانده شده و نگهداری آن‌ها به شکل منظم و منطقی در حافظه به شیوه‌ای که یادآوری آن‌ها برای استفاده‌ی بعدی میسر باشد)، انتقادی (مطالعه با هدف

دستیابی به قضاوت مستدل و درگیری عمیق‌تر با مطالب از طریق تجزیه و تحلیل معانی) و تجسسی (مطالعه با هدف افزایش دامنه‌ی تمرکز حواس و درک عمیق‌تر معانی) ضعیف هستند (۸). یافته‌های شعبانی و همکاران نشان داد دانشجویان از مطالعه به روش انتقادی آگاهی چندانی ندارند و نیاز به اطلاعات بیشتری در این زمینه دارند (۶). مکی‌زاده در پژوهشی بیان کرد که میزان آگاهی دانشجویان در خصوص شیوه‌های مطالعه یکسان نیست و نسبت به هریک از شیوه‌های مطالعه به گونه‌ای متفاوت آگاهی دارند. بیشترین میزان آگاهی دانشجویان در ارتباط با شیوه‌ی دقیق‌خوانی و کمترین میزان آگاهی آنان در شیوه‌ی سریع‌خوانی است. به هر حال نتیجه‌ی کلی این است که میزان آگاهی دانشجویان نسبت به شیوه‌های مطالعه ضعیف است (۵). هالینگ درباره‌ی روش‌های مطالعه دانشجویان تازه وارد دانشگاه به این نتیجه رسید که دانشجویانی که از روش‌های یادگیری و مطالعه در زمینه‌ی درس خواندن برای امتحانات استفاده کرده بودند، نمرات بیشتری نسبت به دیگر دانشجویانی که با روش معمولی مطالعه کرده بودند، به دست آوردند. همچنین دانشجویان استفاده کننده از روش‌های یادگیری و مطالعه، خود را ماهرتر و داناتر از بقیه‌ی دانشجویان می‌دانستند و این در حالی بود که دانشجویانی که با روش معمولی مطالعه کرده بودند، درس‌های دانشگاه را بسیار مشکل‌تر می‌فهمیدند (۹). دروئیس و همکاران پژوهشی در رابطه با عادت‌های مطالعه‌ی رزیدنت‌های جراحی انجام دادند. نتایج نشان داد عمده مشکلات دانشجویان در زمینه‌ی عادت‌های مطالعه در مدیریت زمان، برنامه ریزی برای خواندن و توانایی خواندن می‌باشد. در ضمن دانشجویان ترم‌های بالاتر عادت‌های مطالعه بهتری داشته‌اند (۱۰). اسپور و همکارانش در پژوهشی با عنوان «ایجاد مهارت‌های درک خواندن با مروری بر تاثیرات شیوه‌ی ساختاری و یادگیری دو طرفه» بیان نمودند که خواندن مطالب به صورت گروهی نسبت به مطالعه سستی و انفرادی تاثیر زیادی در افزایش سطح درک مطلب در هنگام

مطالعه دارد و نیز آشنایی با انواع شیوه‌های مطالعه تاثیر به سزایی در درک مطالب دارد (۱۱). بهرامی و همکاران (۱۳۹۰) پژوهشی تحت عنوان «رابطه‌ی مطالعه‌ی غیر درسی و سلامت روان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان انجام دادند. نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که بین وضعیت روانی با مطالعه و علاقمندی به آن و نیز بین میزان مطالعه و افسردگی در سطح جامعه رابطه وجود دارد. با مطالعه، فرد از مطالبی آگاه می‌شود که قبلاً نمی‌دانست و این می‌تواند باعث آرامش روانی فرد شود و باعث شود که فرد لذت بیشتری از زندگی ببرد (۱۲).

اشرفی و همکاران (۱۳۸۹) پژوهشی تحت عنوان «میزان آشنایی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان با شیوه‌های مطالعه» انجام دادند. یافته‌ها نشان داد میزان آشنایی با شیوه‌های مطالعه بالاتر از حد متوسط بود، اما دانشجویان با روش سریع‌خوانی کمتر آشنا بودند. بین میانگین نمره‌ی شیوه‌های مطالعه دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنی‌داری وجود نداشت. همچنین میزان آشنایی دانشجویان با شیوه‌های مطالعه در دانشکده‌های مختلف متفاوت بود به طوری که دانشکده‌ی بهداشت در بین همه دانشجویان وضعیت نامناسبی داشت و دانشکده‌ی دندانپزشکی بهتر از سایر دانشکده‌ها بود (۱۳). حقانی و خدیوزاده (۱۳۸۸) در پژوهشی نشان دادند نمرات دانشجویان پس از شرکت در دوره‌ی آموزشی در مقایسه با گروه کنترل در پنج حیطه انتخاب ایده‌ی اصلی، راهنمای مطالعه، پردازش اطلاعات، خودآزمایی و استفاده از راهبردهای مطالعه نسبت به گروه کنترل افزایش معنی‌دار یافته است (۱۴).

یافته‌های پژوهش کریمی و فرحبخش (۱۳۹۰) نشان داد که خودتنظیمی عاطفی و مهارت‌های مطالعه از قبیل مدیریت زمان یا برنامه‌ریزی درسی و یا نامناسب بودن شیوه‌های مطالعه و عدم استفاده از روش‌های صحیح یادداشت‌برداری و خلاصه‌نویسی از عوامل اصلی عدم پیشرفت تحصیلی دانشجویان می‌باشد (۲). در این مطالعه به مطالعه‌ی گادولا و

ویلیامسون (مهارت‌های مطالعه در بین دانش‌آموزان هنگ‌کنگ) اشاره شده است. یافته‌های این مطالعه نشان داد ارائه‌ی بازخورد به دانشجویان در مورد میزان یادگیری و نیز آموزش شیوه‌های مطالعه به آن‌ها، عملکرد تحصیلی آن‌ها را افزایش می‌دهد (۲). یافته‌های مطالعه‌ی صیفوری (۱۳۹۱) نشان داد که مشکلات دانشجویان به ترتیب در زمینه‌ی عدم غلبه بر عوامل مداخله‌گر و استرس‌زا حین مطالعه، نداشتن مطالعه‌ی کاربردی و خلاقانه، عدم توانایی در مدیریت زمان، عدم توانایی در مطالعه‌ی انتقادی و دقیق‌خوانی و مطالعه‌ی باری به هر جهت، تمرکز حین مطالعه، نظارت بر روند مطالعه و خواندن تخصصی بود (۱۵). در مطالعه صیفوری به مطالعه‌ی حسینی که پژوهشی تحت عنوان «بررسی مهارت‌های مطالعه در دانشجویان مقطع کارشناسی دانشکده بهداشت یزد» بود اشاره شده است. یافته‌ها نشان داد فقط ۳۰/۷ درصد از دانشجویان از نظر مهارت‌های مطالعه در وضعیت خوبی بودند. همچنین توانایی غلبه بر عوامل مداخله‌گر و استرس‌زا حین مطالعه و درک مطلب در پسران بیشتر از دختران بوده است (۱۵). در مطالعه‌ی صاحب‌الزمانی و زیرک (۱۳۹۰) یافته‌ها نشان داد میانگین کنترل اضطراب، خودآزمایی، راهنمای مطالعه، مدیریت زمان و تمرکز نسبت به سایر مولفه‌ها در سطح پایین‌تری قرار دارد و استفاده از راهبردهای مطالعه می‌تواند به عنوان یکی از روش‌های کاهش اضطراب امتحان باشد (۱۶).

آنچه می‌توان از بحث‌های مذکور استنباط کرد این است که مطالعه یکی از عوامل موفقیت در آموزش، پژوهش، سرگرمی و نیز تمایل بیشتر به کتاب و کتابخوانی می‌باشد. باید شیوه‌های مطالعه و آگاهی از روش‌های صحیح مطالعه به دقت مورد بررسی قرار گیرد، زیرا همه رفتارها و عادت‌هایی که آموخته‌ایم می‌توانند، بر اثر یادگیری تغییر یابند. بنابراین روش صحیح مطالعه را باید همانند سایر فنون و مهارت‌ها یاد بگیریم (۱۷). دانشجویانی که آگاهی کامل از این فنون، شیوه‌ها و شرایط و بهداشت مطالعه دارند، می‌توانند کارآمدی روش مطالعه خود

نظر گرفته شد (نمره‌ی حداقل ۱ و نمره‌ی حداکثر ۵ می باشد و نمره بالاتر از ۳ عامل آسیب زا محسوب می شود). داده ها با استفاده از آزمون های آمار توصیفی (فراوانی، درصد و میانگین) و آمار استنباطی نظیر آزمون تی، جهت بررسی تفاوت میانگین دو متغیر متفاوت و آزمون ANOVA جهت بررسی تفاوت میانگین بیش از دو متغیر استفاده شد.

### یافته‌ها

پس از گردآوری پرسشنامه ها، در نهایت ۳۶۰ پرسشنامه قابل استفاده بود. (درصد پاسخ دهی برابر ۹۶/۲) یافته‌ها نشان داد ۴۲/۵ درصد (۱۵۳ نفر) دانشجویان را مردان و ۵۷/۵ درصد (۲۰۷ نفر) را زنان به خود اختصاص داده‌اند. بیشترین دانشجویان به ترتیب در دانشکده‌ی پزشکی با ۳۶/۴ درصد (۱۳۱ نفر)، دانشکده‌ی پرستاری و مامایی ۱۵/۶ درصد (۵۶ نفر)، دانشکده‌ی بهداشت ۹/۴ درصد (۳۴ نفر)، دانشکده‌ی دندانپزشکی ۸/۹ درصد (۳۲ نفر)، دانشکده‌ی توانبخشی ۸/۶ درصد (۳۱ نفر)، دانشکده‌ی مدیریت و اطلاع‌رسانی پزشکی ۶/۷ درصد (۲۴ نفر) و دانشکده‌ی تغذیه ۵/۶ درصد (۲۰ نفر) بودند. ۵۴/۲ درصد (۱۹۳ نفر) دانشجویان غیرخوابگاهی و ۴۵/۸ درصد (۱۶۳ نفر) خوابگاهی بوده‌اند. یافته‌ها در رابطه با میانگین عوامل آسیب‌زای در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان نشان داد بیشترین میانگین‌ها به ترتیب به عدم تمرکز در مطالعه با  $1/217 \pm 3/33$ ، مطالعه‌ی بدون کمک دیگران با  $1/203 \pm 3/27$  و عدم تنفس عمیق به هنگام مطالعه با  $1/455 \pm 3/16$  و کمترین میانگین‌ها مربوط به راه رفتن حین مطالعه با  $0/946 \pm 1/56$ ، بالا رفتن فشار خون و ضربان قلب با  $0/847 \pm 1/58$  و لذت از فضای بی‌نظم و به هم ریخته هنگام مطالعه با  $1/224 \pm 2/88$  می باشد. در مجموع میانگین کل  $2/39 \pm 0/49$  می باشد که میزان عوامل آسیب‌زا کمتر از حد متوسط می باشد (جدول ۱).

را افزایش داده، فرصت کسب موفقیت را به دست آورند (۱۳) و همچنین از مطالعه لذت بیشتری ببرند. در این پژوهش میزان عوامل آسیب زای مطالعه در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در سال ۱۳۹۱ بررسی گردید تا از این رهگذر بتوان وضعیت موجود را شناسایی نموده و موانع و مشکلات موجود در مطالعه صحیح دانشجویان را گوشزد نمود.

### روش بررسی

روش پژوهش توصیفی مقطعی بوده است. جامعه‌ی آماری شامل همه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در سال ۱۳۹۱ بوده که حجم نمونه برابر با ۳۷۴ به دست آمد. روش نمونه گیری تصادفی طبقه‌ای بوده که هر دانشکده به عنوان یک طبقه در نظر گرفته شده، متناسب با دانشجویان آن دانشکده، تعداد نمونه به دست آمد (دانشجویان با هر مقطع تحصیلی که در دانشگاه علوم پزشکی پذیرفته شده و مشغول به تحصیل می باشند، اما شامل دانشجویان میهمان نمی شود). ابزار جمع آوری اطلاعات پرسشنامه محقق ساخته است که روایی آن توسط متخصصان کتابداری و اطلاع‌رسانی تایید و پایایی ابزار با استفاده از محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ( $\alpha = 0/82/5$ ) به دست آمد (در بین ۴۰ نفر از دانشجویان). ابزار گردآوری اطلاعات یعنی پرسشنامه، بر اساس متون معتبر مانند ایمانی (۱۸)، براتی علویچه (۱۹)، شعبانی و شفیع پور مطلق (۶)، مکی زاده (۵)، شجری (۲۰)، اشرفی ریزی و همکاران (۱۳)، دلجو (۱۷) و بالدریچ (۲۱) نیز نظرات متخصصان کتابداری و اطلاع‌رسانی تنظیم شده است. پرسشنامه در حیطه‌ی شرایط و بهداشت مطالعه (۲۳ گویه) و نیز فنون و شیوه‌های مطالعه (۱۴ گویه) تنظیم گردید. روش گردآوری اطلاعات مراجعه حضوری به دانشجویان دانشکده‌های دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در آذرماه ۱۳۹۱ بود. مقیاس پرسشنامه ۵ درجه ای لیکرت بود. برای گزینه‌ی بسیار زیاد نمره‌ی ۵، زیاد نمره‌ی ۴، تا حدودی نمره‌ی ۳، کم نمره‌ی ۲ و بسیار کم نمره‌ی ۱ در

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

حیطه	میانگین و انحراف معیار حیطه	گزینه	میانگین و انحراف معیار
شرایط و بهداشت مطالعه	$2/37 \pm 0/544$	۱. مطالعه با صدای بلند	$2/03 \pm 1/127$
		۲. راه رفتن حین مطالعه	$1/56 \pm 0/946$
		۳. عصبی شدن از شدت مطالعه	$2/22 \pm 1/068$
		۴. عدم تصویر مثبت از خود هنگام مطالعه	$2/13 \pm 1/105$
		۵. مطالعه پیوسته و بی‌وقفه	$2/28 \pm 1/046$
		۶. حفظ کردن مطالب	$2/72 \pm 1/024$
		۷. بالا رفتن فشار خون و ضربان قلب هنگام مطالعه	$1/58 \pm 0/847$
		۸. دلزدگی و یأس از مطالعه	$2/14 \pm 1/143$
		۹. تردید در یادگیری بعد از مطالعه‌ی مطالب	$2/75 \pm 1/162$
		۱۰. مطالعه نیمه‌تمام	$2/41 \pm 1/162$
		۱۱. نداشتن خواب و استراحت کافی	$2/94 \pm 1/298$
		۱۲. عدم افزایش ساعت مطالعه با افزایش تحصیلی	$2/75 \pm 1/090$
		۱۳. مطالعه در هنگام خستگی	$2/15 \pm 1/050$
		۱۴. عدم توجه به مبانی و اصول یک مطلب	$1/99 \pm 0/936$
		۱۵. ترجیح دادن مطالعه بدون کمک از دیگران	$3/27 \pm 1/203$
		۱۶. مطالعه سطحی و گذری	$2/08 \pm 1/006$
		۱۷. نداشتن زمان مشخص برای مطالعه	$2/96 \pm 1/244$
		۱۸. نداشتن برنامه مشخص برای مطالعه	$2/88 \pm 1/246$
		۱۹. احساس بلد بودن در حین مطالعه	$2/55 \pm 0/962$
		۲۰. مرور بیشتر دروس عملی	$2/36 \pm 1/128$
		۲۱. ناامید شدن با دیدن افراد موفق در مطالعه	$2/12 \pm 1/146$
		۲۲. سر رفتن حوصله به دلیل شدت مطالعه	$2/72 \pm 1/227$
		۲۳. احساس عدم علاقه به مطالعه	$2/26 \pm 1/194$
فنون و شیوه‌های مطالعه	$2/41 \pm 0/515$	۲۴. عدم ارتباط مطالب خواندنی با امور زندگی	$2/55 \pm 1/210$
		۲۵. تکراری و کسل‌کننده بودن مطالب کتاب‌ها	$2/35 \pm 1/014$
		۲۶. لذت از فضای بی‌نظم و به هم‌ریخته در هنگام مطالعه	$2/88 \pm 1/224$
		۲۷. نداشتن هدف و مسیر مطالعه	$2/14 \pm 1/144$
		۲۸. عدم تمرکز حین مطالعه	$3/33 \pm 1/217$
		۲۹. نداشتن مکان مشخص برای مطالعه	$2/58 \pm 1/321$
		۳۰. نداشتن روش خاص برای هر مطلب	$2/76 \pm 1/205$
		۳۱. ناتوان بودن از تحلیل شرایط و تفسیر مطالب با وجود مطالعه‌ی زیاد	$2/12 \pm 1/088$
		۳۲. عدم توانایی در ارتباط بین مطالبی که می‌خوانم و مطالب قبلی	$2/02 \pm 0/977$
		۳۳. مطالعه در نیمه شب	$2/36 \pm 1/381$
		۳۴. عدم باقی ماندن مطالب برجسته در ذهن	$1/97 \pm 1/016$
		۳۵. عدم یادآوری مطالب خوانده شده	$2/47 \pm 1/076$
		۳۶. نداشتن تنفس‌های عمیق در حین مطالعه	$3/16 \pm 1/455$
		۳۷. نداشتن الزام به مرور مطالب خوانده شده	$2/06 \pm 1/127$

مطالعه بر حسب مقطع تحصیلی معنی‌دار می‌باشد ( $P < 0.05$ ). لذا میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان مقطع کارشناسی ۸۹/۰۷ و مقطع دکتری عمومی ۸۹/۱۳ بیشتر از دیگر مقاطع بود.

آزمون تحلیل واریانس در رابطه با تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان بر حسب دانشکده نشان داد سطح معنی‌داری ۰/۱۵۴ بیشتر از ۰/۰۵ می‌باشد ( $P < 0.05$ ). بنابراین میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه بر حسب دانشکده تفاوت معنی‌داری نداشت.

### بحث

نتایج پژوهش نشان داد که میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان کمتر از حد متوسط می‌باشد. بیشترین میانگین‌ها به ترتیب به عدم تمرکز در مطالعه، مطالعه بدون کمک دیگران و عدم تنفس عمیق به هنگام مطالعه و کمترین میانگین‌ها مربوط به راه رفتن حین مطالعه، بالا رفتن فشار خون و ضربان قلب و لذت از فضای بی‌نظم و به هم ریخته هنگام مطالعه بوده است. یافته‌های این پژوهش تا حدودی با نتایج صاحب‌الزمانی و زیرک (۱۶) و بهرامی و همکاران (۱۲) هم‌سو می‌باشد. در ضمن ایمانی نیز به عدم تمرکز در مطالعه، مطالعه بدون کمک دیگران و عدم تنفس عمیق به عنوان عوامل آسیب‌زای مطالعه اشاره کرده است (۱۸). به نظر می‌رسد که عوامل مذکور، مشکلی فراگیر در بین دانشجویان بوده، از آنجا که یادگیری آن‌ها اکتسابی است، آموزش در این زمینه ضرورت می‌یابد.

نتایج پژوهش در رابطه با میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در سطح ابعاد در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان نشان داد میانگین در سطح ابعاد (شرایط و بهداشت مطالعه و فنون و روش‌های مطالعه) نیز کمتر از حد متوسط بوده و نسبتاً مطلوب می‌باشد. بیشترین میانگین مربوط به عدم تمرکز

یافته‌ها در رابطه با میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در سطح ابعاد در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان نشان داد، میانگین در سطح بعد شرایط و بهداشت مطالعه  $2.37 \pm 0.544$  بود که بیشترین میانگین مربوط به ترجیح دادن مطالعه بدون کمک از دیگران با  $3.27 \pm 1.203$  و کمترین مربوط به راه رفتن در حین مطالعه با  $1.56 \pm 1.946$  می‌باشد. همچنین میانگین در سطح، بعد فنون و شیوه‌های مطالعه نشان داد که بیشترین میانگین عدم تمرکز حین مطالعه با  $3.33 \pm 1.217$  و کمترین مربوط به عدم باقی ماندن مطالب برجسته در ذهن با  $1.97 \pm 1.016$  می‌باشد. در مجموع میانگین بعد فنون و روش‌های مطالعه  $(2.41 \pm 0.515)$  بیشتر از بعد شرایط و بهداشت مطالعه  $(2.37 \pm 0.544)$  بود (جدول ۱). آزمون تی در رابطه با تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان بر حسب جنس نشان داد سطح معنی‌داری  $(0.009)$  کمتر از ۰/۰۵ بود، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان گفت تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه بر حسب جنس معنی‌دار می‌باشد. لذا میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین مردان با  $9.09 \pm 19.23$  بیشتر از زنان  $17.5 \pm 8.7$  بود ( $P < 0.05$ ). آزمون تی در رابطه با تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان بر حسب محل اقامت نشان داد سطح معنی‌داری  $0.12$  کمتر از ۰/۰۵ بود، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان گفت تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه بر حسب محل اقامت معنی‌دار می‌باشد. لذا میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان ساکن خوابگاه  $9.05 \pm 18.8$  بیشتر از دانشجویان غیرخوابگاهی  $16.8 \pm 8.7$  بود ( $P < 0.05$ ).

آزمون تحلیل واریانس در رابطه با تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان بر حسب مقطع تحصیلی آن‌ها نشان داد سطح معنی‌داری  $0.42$  کمتر از ۰/۰۵ بود، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان گفت تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای

در مطالعه و کمترین مربوط به راه رفتن در حین مطالعه بود. با این اوصاف باید توجه داشت که عدم تمرکز در مطالعه از عوامل اصلی آسیب‌زننده به مطالعه‌ی ثمربخش می‌باشد؛ زیرا عدم تمرکز موجب می‌شود دانشجو به هنگام مطالعه دچار حواس‌پرتی شده، لذا به خوبی نتواند با متن ارتباط برقرار نموده، محتوای آن را درک نماید. اما دلایلی که باعث عدم تمرکز در مطالعه می‌شود عبارتند از: وجود اختلالات روانی، وجود افکار مزاحم، خستگی، بی‌علاقه بودن به مطالعه، سر و صدا، وجود کلمات و مطالعه‌ی مبهم در متن، عدم جذابیت محتوا و عوامل جسمانی مانند ضربه‌های شدید مغزی می‌باشد که متناسب با نوع علل راه‌های متفاوتی برای درمان پیش‌بینی شده است (۱۸). این با یافته‌های صیفوری (۱۵) و حسینی نقل در صیفوری (۱۵) همسو می‌باشد. همچنین میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در سطح بعد فنون و شیوه‌های مطالعه نیز نشان داد بیشترین میانگین مربوط به مطالعه بدون کمک از دیگران و کمترین مربوط به عدم باقی ماندن مطالعه‌ی برجسته در ذهن می‌باشد که با پژوهش اشرفی ریزی و همکاران (۱۳) همسو نیست، اما تا حدودی با پژوهش حقانی و خدیوزاده (۱۴)، کریمی و فرحبخش (۲) حسینی نقل در صیفوری (۱۵) و صیفوری (۱۵) و نوریان، نقل در صیفوری (۱۵) همسو می‌باشد. این همسویی در بیشتر پژوهش‌ها نشان می‌دهد که برای دانشجویان این نکته هنوز آشکار نشده است که برای یادگیری بهتر باید از تجارب و یافته‌های دیگران حداکثر استفاده را بنمایند و یادگیری فنون و شیوه‌های مطالعه نیز از این امر مستثنی نیست.

یافته‌ها در رابطه با تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه بر حسب جنس نشان داد که عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین مردان بیشتر از زنان می‌باشد. این با یافته‌های اشرفی ریزی و همکاران در خصوص آشنایی دانشجویان با شیوه‌های مطالعه همسو نمی‌باشد (۱۳)، اما با یافته‌های نوریان، نقل در صیفوری (۱۵) همسو می‌باشد. این همسویی در دو پژوهش

مذکور شاید به این دلیل باشد که تنوع فعالیت‌ها در جامعه برای مردان بیشتر از زنان می‌باشد، لذا مردان تمرکز کمتری بر روی فعالیت‌های خود از جمله مطالعه دارند. یافته‌ها در رابطه با تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه بر حسب محل اقامت (خوابگاه و غیرخوابگاه) نشان داد که عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان ساکن خوابگاه بیشتر از غیرخوابگاهی‌ها می‌باشد. از آنجایی که به نظر می‌رسد که در خوابگاه فضای فیزیکی و امکانات لازم برای مطالعه وجود ندارد، لذا دانشجویان ساکن خوابگاه بیشتر در معرض این عوامل هستند. ایمانی (۱۸)، شجری (۲۰)، براتی علویچه (۱۹)، یغمایی و خندان (۲۲) و بهرامی و همکاران (۱۲) نیز به مهم بودن محیط و مکان مطالعه اشاره کرده‌اند.

یافته‌ها در رابطه با تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه بر حسب مقطع تحصیلی دانشجویان نشان داد، عوامل آسیب‌زا در بین دانشجویان کارشناسی و دکتری عمومی بیشتر از سایر مقاطع تحصیلی می‌باشد. شاید یکی از دلایل بیشتر بودن میزان عوامل آسیب‌زا در این مقطع عدم حضور این گروه در دانشگاه قبل از مقطع کنونی باشد و با توجه به اینکه نظام آموزش و پرورش درون‌زا (۲۳) نمی‌باشد و لذا کمتر شیوه‌ها، شرایط و فنون مطالعه را به دانش‌آموزان آموخته‌اند، لذا با ورود به دانشگاه نیز با چنین معضلی روبه‌رو می‌شوند. در حالی که در مقطع کارشناسی ارشد و دکتری تخصصی وضعیت بهتر بوده است؛ زیرا آن‌ها حداقل یک یا دو مقطع در دانشگاه بوده، تا حدودی در قالب کارگاه‌های آموزشی، دروس مرتبط و خودآموزی توانسته‌اند وضعیت خود را بهبود بخشند. یافته‌ها در رابطه با تفاوت میانگین عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان بر حسب دانشکده نشان داد میانگین این عوامل بر حسب دانشکده تفاوت معنی‌داری ندارد و این با یافته‌های اشرفی ریزی و همکاران در خصوص میزان آشنایی دانشجویان با شیوه‌های مطالعه همسو نمی‌باشد (۱۳). با توجه به نتیجه‌ی این مطالعه و نتایج مشابه مرکز مطالعات و

### نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد میزان عوامل آسیب‌زای مطالعه در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان کمتر از حد متوسط بوده، نسبتاً رضایت بخش می‌باشد. همچنین پسران و نیز دانشجویان خوابگاهی بیشتر در معرض عوامل آسیب‌زای مطالعه بودند. آموزش صحیح شرایط و فنون مطالعه به کاهش این عوامل آسیب‌زا کمک خواهد کرد.

توسعه‌ی آموزش پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، با برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای دانشجویان به ویژه دانشجویان مقطع کارشناسی و دکتری عمومی، آن‌ها را با شرایط مطالعه و نیز فنون و شیوه‌های مطالعه مفید آشنا نموده و اعضای هیات علمی نیز به هنگام تدریس دروس مربوطه، روش‌ها و فنون مطالعه‌ی صحیح آن درس را برای دانشجویان بیان نمایند.

### References

- 1- Ash'ri A A. Reading and the role of cultural organizations. *Ketab-e Mah-e Kolliyat, Monthly Book Review*. 2009; 12(11): 16-19.[Persian].
- 2- Karimi M, Farahbakhsh K. Relationship between affective self- regulation and study skills with educational performance of students of Isfahan University of Medical Sciences *IJME*. 2012; 12(9): 1149-61 [Persian].
- 3- Keshavarz H. Study skills. *Ketab-e Mah-e Kolliyat, Monthly Book Review*. 2009; 12(11): 54-56 [Persian].
- 4- Rabiei A, Yavari M, Yousefian E. Study skills in university. Isfahan: Isfahan University; 2003.[Persian].
- 5- Makki Zadeh F. A survey on reading skills of the Yazd University Students. *Quarterly Journal of Academic Librarianship*. 2005;38:163-85. [Persian].
- 6- Sha'bani A, Shafi'pour Motlagh MR. A survey of reading techniques employed by Azad University Students. *National Studies on Librarianship and Information Organization*. 2003;14(2):36-44. [Persian].

- 7- Aminian AH. A survey of learning and reading techniques employed by Yazd University Students [Dissertation]. Yazd University; 1992. [Persian].
- 8- Gholami A. A Survey on girl students' familiarity rate with study methods in Shaherkord city. [Dissertation]. Shaherkord: Islamic Azad University, Shaherkord Branch; 2007.[Persian].
- 9- Huling C, Higginson B. The use of learning and study strategies. [2012] Available from: URL: [www.hhpublishing.com/\\_assessments/LASSI/](http://www.hhpublishing.com/_assessments/LASSI/).
- 10- Derosiss Am, Rosa DD, Schwartz A, Hauge LS, Bordage G. Study habits of surgery residents and performance on American Board of Surgery in training examination. *The American Journal of Surgical Pathology*. 2004; 188 (3): 230-236.
- 11- Sporer N, Brunstein JC, Kieschke Ulf. Improving students' reading comprehension skills: Effects of strategy instruction And reciprocal teaching. *learning and instruction*. 2009;19:272-86.
- 12- Bahrami S, Molakhalili H, Baghyani F, Ashrafi- Rizi H, Mojiri Sh. Relationship between non- school study and mental health of students of Isfahan University of medical Sciences. *Iranian*



*Journal of Medical Education*. 2012; 11(9): 1241-7 [Persian].

13- Ashrafi- rizi H, Taheri B, Khoshkam Z, Kazempour Z. A Survey on Level of Student's familiarity with studying methods in IUMS in 2012. *Iranian Journal of Medical Education*. 2011; 5(10): 1045-1055 [Persian].

14- Haghani F, Khadivzadeh T. The effect of a Learning and Study Skills Workshop on talented Student's Learning and Study Strategies in Isfahan University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*. 2009; 9(1): 31-9 [Persian].

15- Seifoori V. Evaluation of the reading skills and habits of social science students of Razi University of Kermansha. *Research on Information science and public libraries*. 2012; 18(1): 89-100 [Persian].

16- Sahebalzamani M, Zirak A. Student's learning and study strategies in IUMS and their

relationship with text anxiety. *IJME*. 2011; 11(1):58-68 [Persian].

17- Deljo Sh. Learning and studying methods. Tehran: Shokoh-e Zarrin; 2002.[Persian].

18- Imani M. Introduction to patologi of study. Tehran: Parents- Teachers Association of Islamic Republic of Iran; 2003 [Persian].

19- Baratialavijeh HA. Psychology of Study. Isfahan: Payam Alavi Pub; 2003 [Persian].

20- Shajari F. Creative Learning. Tehran: Iranian Pen Association Pub; 2001 [Persian].

21- Baldrige K P. Methods of learning and reading. Tehran: Doran Nashr; 2002.[Persian].

22- Yaghmai J, Khandan M. The child and study. Tehran: Ketabdar Pub; 2004 [Persian].

23- Khosravi F. Pathology of reading in the south countries. *The Quarterly Journal of the National Library*. 2002; 13(3): 116-25 [Persian].

## ***A Study on Damaging Factors of Effective Study among Students of Isfahan University of Medical Sciences (IUMS) in 2012***

Kazempour Z<sup>1,2</sup>, Ashrafi rizi H<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Library and Information Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran

<sup>2</sup>Dept of. Library and Information Science, Payame Noor University, Tehran, Iran

<sup>3</sup>dept of. Library and Information Sciences, Health Information Technology Research Center, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

**Corresponding Author:** Ashrafi rizi H, Library and Information Sciences, Health Information Technology Research Center, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

**Email:** hassanashrafi@mng.mui.ac.ir

**Received:** 18 Jun 2013      **Accepted:** 25 Jan 2014

**Background and objective:** Nowadays, effective study is considered as an important element in social development and progress through which the public and especially university students gain a lot. The purpose of this research is to determine factors damaging useful study among students of Isfahan University of Medical Sciences (IUMS) in 2012.

**Materials and Methods:** This is an applied survey research in which the data were collected by a researcher made questionnaire. Its validity and reliability were confirmed by library and information sciences specialists and Cronbach's Alpha ( $r=82/50$ ) respectively. Statistical population consisted of all students in Isfahan University of Medical Sciences' and the number of samples was 374. Sampling method was random stratified sampling. Data were analyzed by descriptive (frequency distribution, mean...) and inferential (T-test, ANOVA and Tukey) statistics through SPSS software.

**Results:** The findings showed that the mean score of damaging factors on useful study among students was  $2/39 \pm .4981$  that was less than average. The highest mean was lack of concentration at the time of study with the mean  $3/33 \pm 1/217$  and the lowest mean was walking at the time of study with mean  $1/56 \pm .946$ . Also, relationship between student's gender, residency type and educational level was significant, but it was not the same in different colleges.

**Conclusions:** The results showed that damaging factors affecting effective study among students of Isfahan University of Medical Sciences were less than average. There were problems such as lack of concentration at the time of study, study without other people's help and lack of deep breathing at the time of study. Generally, all students and educational practitioners should pay special attention to factors affecting effective study.

**Keywords:** Damaging factors, Study, Students, Study hygiene, Study methods